**Рабочий лист**

Состав команды:

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |

**Задание 1.** Рассмотрите инвентарь, площадку и оборудование для игры в гандбол. Выберите подходящий для вашей возрастной категории мяч.

**Задание 2.** Познакомьтесь с правилами игры в гандбол и разметкой на спортивной площадке.

Под руководством учителя и тренера отработайте технику игры в гандбол: стойки и передвижения, технику передачи, ведения, ловли мяча, технику защиты, технику броска.

**Задание 3.** Назовите основные ошибки, допущенные вами в освоении техники игры в гандбол.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Задание 4.** Составьте памятку игры в гандбол.

**Памятка игры в гандбол**

1. Размеры игрового поля в игре «Гандбол»:

- длина

- ширина

- расстояние от ворот до ограничивающей линии вратаря

- расстояние от ворот до линии свободных бросков

2. Количество таймов в игре:

3. Длительность тайма:

4. Длительность перерыва между таймами:

5. Количество игроков команды, находящихся на игровой площадке:

6. Максимальное разрешённое количество шагов с мячом:

7. Время разрешённого удержания мяча в руках без каких- либо действий:

8. Расстояние от ворот до линии штрафного броска:

9. Время удаления игрока с поля при нарушении правил:

10. Размеры ворот в гандболе:

11. Количество размеров мячей в гандболе в зависимости от возрастных категорий:

12. Максимально допустимый вес мяча в гандболе: